

Vinterregulativ

Udover klubbens almindelige sikkerhedsbestemmelser gælder disse tillægsregler.

1) Vinterroning er perioden 1.november – 1.april, dog skal der bæres rednings- eller svømmevest fra 1. oktober til 30.april.

2) For at ro vinterroning skal du være frigivet medlem.

3) I vinterroningsperioden må der højst roes 50 meter fra land, dvs. det ikke er muligt at krydse ved Temnæs.

Lyt til vejrudsigten.

Tænk dig om og brug din fornuft.

Gode råd

- Ro *aldrig* i bomuldstøj, det bliver tungt og man kan ikke svømme i det.
- Vælg en båd du ror sikkert i, evt. en anden type end det du ror i om sommeren ex. fra kap til overgangsbåd.
- Varm lag-på-lag super undertøj eller våddragt (* se note sidst)
- Neopren sokker/sko.
- Ro-luffer.
- Hue som isolerer og bliver på ved evt. kæntring.
- Brug cockpitovertræk.
- Vindtæt ro-jakke.
- Ro flere sammen.
- Medbring tørt tøj, kan undlades ved brug af våddragt.

Hvis du er uheldig at kæntrre så prøv højst en gang at komme op i kajakken og hvis det mislykkes så svøm ind til land, eller svøm ind med det samme og hent kajakken senere. Overlevelsestiden i 0 grader koldt vand er kun få minutter, i almindelig påklædning. Det kan være den rette påklædning der ”giver” dig tiden til at svømme i land.

Et tips til roning i meget koldt vejr eller snevejr og let bygevejr: tag først super undertøj på, dernæst din rednings- eller svømmevest og til sidst din rojakke.

Hvis du er i tvivl så spørg en ”gammel” roer.

* Flere lag superundertøj isolerer godt hvis der er et vind/vandtæt lag uden på; men hvis man er i vandet, kan vandet uhindret strømme gennem tøjet, og derigennem afkøle kroppen meget hurtigt. Det er en påklædning som er behagelig at ro i; men som er farlig hvis man kæntrer. En bedre løsning er superundertøj inderst, derefter et lag uld, og yderst et vindtæt / vandtæt lag. (uld varmer også hvis det er vådt)
En våddragt er ubehagelig at ro i; men isolerer kroppen hvis man er i vandet.
En kompromisløsning er longjohn i neopren+ superundertøj / uld / vind og vandtæt rojakke.